

# REALIZACIÓN PERSONAL A TRAVÉS DE LA OCUPACIÓN: "UNA MIRADA AL INTERIOR DE LA PERSONA"

## PERSONAL PERFORMANCE THROUGH OCCUPATION: A LOOK AT THE INSIDE OF THE PERSON "

**Palabras clave:** Terapia Ocupacional, Institucionalización, Participación ocupacional, Motivación, proceso de remotivación.

**Key Word:** Occupational Therapy, Psycho Incipient, psychosocial interventions

**DECS:**

**Mesh:**



**Autores:**

**Dña. Imma Grau Joaquín.**

*Directora Médica Hospital Psiquiátric Universitari Institut Pere Mata. Reus*

**Dña. Miriam Vallés Jordá**

*Diplomada en Terapia Ocupacional. Terapeuta Ocupacional de la Unidad de Rehabilitación Hospitalária del Hospital Psiquiátric Universitari Institut Pere Mata.Reus.*

**D. Ramón Alarcón Fernández**

*Diplomado en Terapia Ocupacional. Terapeuta Ocupacional de la Unidad de Rehabilitación Hospitalária del Hospital Psiquiátric Universitari Institut Pere Mata.Reus*

**Dña. Anna Luque Susín**

*Diplomada en Terapia Ocupacional. Terapeuta Ocupacional del Centro Sociosanitario Monterols del Hospital Psiquiátric Universitari Institut Pere Mata. Reus.*

**Dña. Vanesa Pujol Goixens**

*Diplomada en Terapia Ocupacional. Terapeuta Ocupacional de la Unidad de Rehabilitación Hospitalária del Hospital Psiquiátric Universitari Institut Pere Mata.Reus.*

**Dña. Blanca Salinas Voltà**

*Diplomada en Terapia Ocupacional. Terapeuta Ocupacional de la Unidad de Rehabilitación Hospitalária del Hospital Psiquiátric Universitari Institut Pere Mata.*

**Texto Recibido: 20/11/09**

**Texto Aceptado: 28/11/09**

### RESUMEN

Mediante este artículo pretendemos, a través de un caso clínico, explicar las etapas del proceso terapéutico que se siguió desde Terapia Ocupacional con un usuario ingresado en un hospital psiquiátrico las últimas dos décadas de su vida. El análisis del caso lo dividiremos en historia de vida, impacto de la institucionalización, estrategias terapéuticas que facilitan la participación ocupacional, centrándonos en el proceso de remotivación.

### SUMMARY

Through this article, we intend, through a case, explain the stages of the therapeutic process that was followed from Occupational Therapy with a user entered a psychiatric hospital the last two decades of his life. The case analysis will divide the history of life, impact of institutionalization therapeutic strategies that facilitate occupational participation, focusing on the process of motivation.

### Como citar este texto en sucesivas ocasiones:

Vallés Jordá M, Alarcón Fernández R, Luque Susín A, Pujol Goixens V, Salinas Voltà B. Realización personal a través de la ocupación: "una mirada al interior de la persona". TOG (A Coruña) [Revista en Internet]. 2009 [fecha de la cita]; Vol 6, Supl. 5: p 68-78. Disponible en:

<http://www.revistatog.com/suple/num5/mirada.pdf>

## INTRODUCCIÓN

Santiago es una persona de 83 años que nació en Barcelona en el seno

de una familia con un nivel socioeconómico alto siendo el mayor de cuatro hermanos. Asistió al colegio hasta los 15 años (apareciendo en este contexto un fuerte interés por el mundo del arte). Se vio obligado a abandonar los estudios cuando estalló la guerra civil española y tuvo que empezar a trabajar en el puerto con su padre.

Dos años después encontró trabajo en una empresa de creación artística (recordándolo como su primera experiencia laboral satisfactoria y significativa). En su afán por mejorar, se traslada a otra empresa (de dibujos animados) más competitiva y con un mayor nivel de exigencia. En este trabajo se dedicaba a realizar trabajos para Walt Disney.

En este encuadre es donde empiezan a aparecer los primeros problemas de adaptación (enfrentamientos con los cargos de mayor rango, incumplimiento de los plazos de entrega de las obras, dificultades en el trabajo en equipo, entre otros) que conllevan a la pérdida del puesto de trabajo.

En este momento se desvincula del mundo del arte ya que no encuentra ningún trabajo con unas condiciones dignas en el sector (debido a las condiciones del país en la época). Esto le lleva a trabajar en la librería de su padre. Aquí vuelven a aparecer todos los problemas anteriormente citados ya que era un trabajo en el que se sentía privado de libertad, no podía expresar la creatividad, y le provocaba profundos sentimientos de insatisfacción personal ya que, el trabajo no era satisfactorio para él. En los ratos libres mientras trabajaba, alimentaba la exploración por la lectura hasta convertirla en una afición significativa y que perduró a lo largo de su vida.

El fallecimiento del padre provocó el declive de la librería (Santiago no quiso hacerse cargo de ella). En este mismo momento enfermó su hermana y tuvo que trasladarse al Morell (un pueblo pequeño cerca de Tarragona) para hacerse cargo del bar de su hermana. Tampoco se adaptaba al ambiente rural (pensaba

que el desarrollo artístico se encontraba en las grandes ciudades; que el nivel sociocultural del pueblo era muy bajo y que este ambiente ofrecía muy pocos recursos en comparación con las expectativas que el tenía) por lo que viajaba a Barcelona con mucha frecuencia para continuar dibujando, poder expresar su arte y, de paso, ganar dinero extra.

Al morir la hermana desaparece su sentido de obligación hacia la familia y únicamente mantiene relación con la madre. En este punto Santiago reinicia su interés personal por la pintura realizando retratos a las personas del pueblo. La madre le exige que busque un trabajo más estable pero él se niega a trabajar en algo que no esté vinculado con la pintura. Su relación se deteriora hasta tal punto que Santiago agrede a su madre siendo ingresado en un hospital psiquiátrico.

### **Impacto de la institucionalización:**

Al ingresar en el Hospital Psiquiátrico que en ese momento funcionaba como los antiguos manicomios (rigidez de normas, pérdida de intimidad (habitaciones de 20 camas y baños compartidos), imposibilidad de salir a la comunidad, etc.) se ve en la obligación de abandonar ciertos roles ocupacionales que le resultaban significativos por la privación de muchos de los elementos de su rutina cotidiana.

Se reduce su nivel de participación en aquellas ocupaciones significativas, de elección personal que se encontraban dentro de su contexto sociocultural y que organizaban su rutina diaria.

Hay un declive de su motivación por la acción, pérdida de interés e insatisfacción personal que surgen de experiencias pasadas negativas para él y porque las expectativas de Santiago superan las oportunidades que ofrece su ambiente actual.

Otro de los factores a tener en cuenta es que se inhibe en Santiago la capacidad de decisión, de responsabilidad y de gestión sobre su proyecto de vida. (Identidad Ocupacional. Wilcock).

También es importante tener en cuenta que, en la actualidad, más en concreto en el ámbito institucional, la concepción de salud sigue centrándose en la reducción de la sintomatología sin tener muy en cuenta una intervención integral que permita el mantenimiento y/o recuperación de la salud facilitando el equilibrio ocupacional (Florey) para promover el bienestar personal, hábitos saludables, significado a la vida, etc.

Los problemas hallados en volición, habituación, capacidad de desempeño y ambiente contribuyen a que Santiago se desvincule de sus ocupaciones significativas. (Estos cuatro elementos se interrelacionan entre sí y condicionan lo que la persona piensa, siente y hace.

## **METODOLOGIA**

Cuando hace cinco años el equipo de terapia ocupacional llega a la Unidad de Psicogeriatría del Institut Pere Mata; Santiago permanecía la mayor parte del tiempo sentado en un sillón del salón, mirando la televisión, sin participar en ninguna actividad significativa, ya que, en ese momento, no había ningún contexto terapéutico que promoviese la exploración y el desarrollo de destrezas.

Se inició en este momento un proceso dinámico y flexible que se llevó a cabo durante este período y en el que se apoyó y se facilitó la participación ocupacional de Santiago.

Las estrategias terapéuticas que utilizaron los terapeutas ocupacionales basándose en Mary Reilly 1969 "La formación de todo comportamiento ocupacional se produce a través de un continuum de desarrollo que abarca tres etapas jerárquicas: exploración, competencia, logro".

### Etapa de Exploración

El objetivo principal de esta etapa es establecer el vínculo empático con el usuario.

Los terapeutas comenzaron a acercarse a su contexto más familiar y cotidiano sin esperar ningún resultado externo (permaneciendo cerca de Santiago, conversando con él, compartiendo sus intereses, etc.). Se le empezaron a ofrecer alternativas acerca de las actividades significativas u objetos personales de su pasado (relacionadas con la lectura y la pintura).

La terapeuta ocupacional realizó actividades del interés del usuario aunque él participara, pidiéndole ayuda, opiniones, sugerencias, etc. Es decir invitándolo pero sin presionar.

Él empieza a mostrar curiosidad y a participar, observando, sugiriendo ó de manera activa en la actividad, con el apoyo del terapeuta.

Es relevante destacar en dicho proceso la importancia de validar (por parte del terapeuta) la satisfacción de compartir las experiencias con él.

En esta etapa es imprescindible reforzar positivamente cualquier implicación de la persona, ya que la base es que lo intente y que muestre curiosidad.

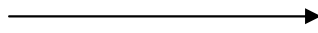
	EXPLORACIÓN
MOTIVACIÓN	Intrínseca
HINCAPIÉ EN	Volición
NIVEL DE INTERVENCIÓN	Periodo de descubrimiento
MANEJO AMBIENTAL	<p><u>Espacio:</u> seguro, familiar y relajante.</p> <p><u>Objetos:</u> disponibles, pocos, simples y relevantes para la persona.</p> <p><u>Actividad:</u> conocida, con posibilidad limitada de elección, desafío justo de la actividad (garantía de éxito)</p> <p><u>Grupo social:</u> pequeño, con metas flexibles, sin obligaciones, reconocer el intento como una forma de participación.</p>
CARACTERÍSTICAS	<p>Curiosidad, descubrimiento, absolución al fracaso, placer funcional, diversión y ausencia de límites personales.</p> <p>Ofrece oportunidades para aprender, descubrir y expresar emociones.</p>

Es importante no marcar límites temporales en sus intervenciones ya que el período de exploración varía en cada persona.

## Etapa de Competencia

En esta etapa se invita a Santiago a compartir un nuevo contexto (sala de terapia) al que no está acostumbrado, utilizando los mismos objetos o actividades llevadas a cabo en su entorno mas familiar.

Espacio nuevo



desafío

Material conocido



seguridad

El cambio debe ser progresivo y flexible para evitar la pérdida de seguridad y control personal

Cuando empieza a sentirse cómodo en el nuevo contexto, el TO le invita a explorar otras tareas significativas con un grado de complejidad mayor.

Se sigue reafirmando en todo momento la relación de complicidad con Santiago.

Cuando Santiago ya ha experimentado diferentes opciones, se promueve la elección de aquellas actividades relacionadas con su patrón de interés, valores y necesidades personales en las cuales le gustaría participar más a menudo (éstas son principalmente la pintura y el grupo creativo). Durante esta etapa, con práctica y repetición, la habilidad de Santiago se convierte en una destreza y lo va integrando como un hábito en su rutina diaria.

En esta fase, aún necesita ser reconocido por parte del terapeuta (feedback), potenciando la interacción con otras personas.

	COMPETENCIA
MOTIVACIÓN	Eficacia
HINCAPIÉ EN	Hábitos y desempeño funcional
NIVEL DE INTERVENCIÓN	Periodo de aprendizaje (práctica-repetición)
MANEJO AMBIENTAL	<p><u>Espacio:</u> entorno novedoso y desafiante.</p> <p><u>Objetos:</u> disponibles, variados, con más complejidad.</p> <p><u>Actividad:</u> mas variables, con límites de horarios y temporales, con reglas.</p> <p><u>Grupo social:</u> mas amplios, definen las metas.</p>
CARACTERÍSTICAS	<p>Se construye sobre la exploración previa.</p> <p>Se adapta a las demandas de la tarea.</p> <p>Cuando termina la actividad aún se tiene que otorgar retroalimentación.</p> <p>Relación más efectiva con el entorno</p>

### Etapas de logro

En la siguiente fase se reducen apoyos puesto que, la persona ha desarrollado un mayor locus de control interno que le permite asumir éxitos y fracasos en la realización de las actividades.

Es capaz de llevar a cabo actividades con unas reglas más establecidas, determinando el inicio y el fin, en qué momento puede disponer de los materiales, qué decisiones tiene que tomar, etc.



	COMPETENCIA
MOTIVACIÓN	Excelencia
HINCAPIÉ EN	Adquisición de roles y refinamiento de habilidades específicas
NIVEL DE INTERVENCIÓN	Periodo de aplicación de las habilidades aprendidas
MANEJO AMBIENTAL	<u>Espacio:</u> entorno novedoso y desafiante. <u>Objetos:</u> disponibles, variados, con mas complejidad. <u>Actividad:</u> mas variables, con límites de horarios y temporales, con reglas. <u>Grupo social:</u> mas amplios, definen las metas.
CARATERÍSTICAS	Es capaz de asumir riesgos y nuevos desafíos. Asumir logro y fracaso Experimentar placer a través del logro (producto final)

## RESULTADOS

Ante nuevos desafíos se vuelven a combinar y a sobreponer las diferentes etapas (exploración-competencia-logro) de acuerdo a los indicadores de volición de Santiago.

Muestra interés por participar en el concurso de "Nous Genis" (certamen de pintura para personas con algún tipo de discapacidad). Obtuvo el primer premio; este hecho reafirmó su auto confianza y conciencia real de habilidad.

Después del éxito conseguido en la realización del anterior proyecto, Santiago propone iniciar un nuevo proyecto con una temática de Walt Disney.

Finalmente, Santiago logra cumplir con las expectativas internas (exigencias, demandas, responsabilidades) y con las expectativas externas (reconocimiento social) del rol de pintor experimentando un sentimiento de placer y realización personal

## CONCLUSIONES

El terapeuta ocupacional, junto al equipo interdisciplinario facilitó, trabajó y desarrolló el proyecto de vida conjuntamente con Santiago, acercándolo a su contexto cotidiano y consiguiendo, a su vez, que gozara de un mayor grado de autonomía y realización personal.

Su proyecto vital fomentó el desempeño de roles ocupacionales relevantes para él, así como, la participación en actividades significativas, apoyando su mantenimiento en las mejores condiciones de normalización y calidad de vida posibles.

Durante todo el proceso terapéutico, se buscó el maximizar la autonomía basándose en las capacidades, competencias y sistemas de apoyo, teniendo en cuenta la fase en la que se encontraba Santiago (exploración- competencia - logro) para asegurar el aprendizaje de rutinas, el mantenimiento y la adaptación de éste en su entorno más próximo.

Fue cuando Santiago empezó a participar en ocupaciones productivas y significativas, escogidas libremente y encuadradas dentro de su contexto sociocultural cuando empezaron a surgir en él sentimientos de bienestar y fue desarrollando paulatinamente nuevas destrezas, hábitos y recursos personales necesarios para interactuar de manera efectiva con su entorno social.

Desde una visión holística "el hacer" le permitió desarrollar un sentido de competencia, expresar su identidad, sostener-estructurar su vida cotidiana, y alcanzar sus expectativas personales y sociales. Todos estos sentimientos son los que ayudaron a Santiago a incrementar sus oportunidades y mejorar sus condiciones de vida.

## BIBLIOGRAFIA

- (1) Crepeau EB, Cohn ES, Schell B, Willard & Spackman Terapia Ocupacional. 10 Ed. Buenos Aires: Panamericana; 2005.
- (2) Kielhofner G, Terapia Ocupacional. Modelo de Ocupación Humana. Teoría y Aplicación. 3 Ed. Buenos Aires: Panamericana; 2004.
- (3) Pellegrini M, Ciencias de la Ocupación y Terapia Ocupacional en Salud Mental. Módulo 1 Dossier. San Sebastián, 2005.
- (4) Romero D, Moruno P, Terapia Ocupacional. Teoría y Técnicas. 1 Ed. Barcelona: Masson; 2003.
- (5) De Las Heras CG, Teoría y Aplicación del Modelo de Ocupación Humana. 1 Parte. Zaragoza, 2003.
- (6) De Las Heras CG, Llerena V, Kielhofner G, Proceso de Remotivación: intervención progresiva para individuos con desafíos volicionales severos. Zaragoza, 2003.
- (7) The American Journal of Occupational Therapy, Marco de Trabajo para la Práctica de la Terapia Ocupacional: Ámbito de Competencia y Proceso. Volumen 56 Número 6, 609-639. 2002.